

## A LA UNE

### ANR : La tâche sera ardue

Le président national dans ses vœux de début d'année a rappelé que l'ANR et ses 60 000 adhérents ne pourraient « plus vivre douillettement » des subventions de La Poste. Beaucoup de groupes ne pourraient plus disposer de locaux mis à disposition . « 2024 va être l'année où l'ANR détient seule les clés de son avenir » souligne François-Xavier Lehmann. Nous étions prévenus depuis quelques mois et c'est pour cette raison que la cotisation a été augmentée afin de remédier en partie à ces aléas. Néanmoins, pour cette nouvelle année, un plan d'actions dans différents domaines se met en place en particulier « comment remédier à la lassitude des bénévoles » car sans bénévoles moins d'activités et... moins d'adhésions. Un peu plus de communication sans doute... ». Elaborer des pistes concrètes avec les groupes pour offrir aux retraités ce qu'ils recherchent ». Voilà un beau programme. La tâche ne sera pas simple mais beaucoup y croient.

### Vie des groupes A Vichy dans l'Allier

Prochaines activités secteur de Vichy mercredi 14 février 2024 : vidéo des voyages (Maison des Associations - salle 1). Jeudi 11 avril : concours belote (salle des Fêtes de Vichy), mardi 16 avril : concours de tarot (Maison des Associations-salle1)

**Diplômes de fidélité** : Depuis quelques années, l'ANR de l'Allier tient à remercier de leur fidélité les adhérents ayant plus de 25 ans d'ancienneté à leur association. Quinze adhérents se sont vus ainsi remettre un diplôme de fidélité. **Bonne idée.**

### Et à Évreux dans l'Eure

Le comité de l'ANR Eure propose de passer un après-midi festif au théâtre Fontaine à Paris pour bien démarrer la nouvelle année le dimanche 11 Février 2024 pour assister à une comédie complètement folle intitulée « BERLIN BERLIN ». (dans l'esprit de « La grande vadrouille »)

Mais aussi le vendredi 15 mars 2024 les animateurs de ce groupe proposent une « journée découverte », à savoir, la visite guidée du musée de la nacre à Méru le matin et Beauvais et sa cathédrale l'après-midi. **Belles initiatives.**

## ACTUALITES

### Minimum vieillesse

#### L'allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa) revalorisée de 5,3 %

L'allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa, anciennement *minimum vieillesse*) est versée aux personnes retraitées disposant de faibles ressources. Cette allocation a été revalorisée de 5,3 % au 1<sup>er</sup> janvier 2024. Vous êtes âgé d'au moins 65 ans (62 ans si vous êtes reconnu inapte au travail et si vous bénéficiez d'une retraite anticipée pour inaptitude), vos ressources ne dépassent pas un certain plafond et vous résidez sur le territoire français au moins 9 mois dans l'année. Que vous viviez seul ou en couple, vous pouvez bénéficier de l'Allocation de solidarité aux personnes âgées ou Aspa.

Au 1<sup>er</sup> janvier 2024, la revalorisation s'élève à 5,3 % (contre 0,8 % en janvier 2023).

#### Montants à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2024

1 012,02 € par mois pour une **personne seule** (majoration de 50,94 € par rapport à janvier 2023) ;

1 571,16 € par mois pour un **couple** (majoration de 79,08 € par rapport à janvier 2023).

### Les retraites de base revalorisées de 5,3%

Les pensions de retraite de base sont augmentées de 5,3 % depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2024. **Cette revalorisation est effective ce mois-ci (février).**

Le montant de la pension de retraite évolue chaque année au 1<sup>er</sup> janvier en fonction de la progression de la valeur moyenne de l'indice des prix à la consommation, hors tabac. La règle de revalorisation annuelle des montants des retraites de base est inscrite dans le Code de la Sécurité sociale.

Au 1<sup>er</sup> janvier 2024, l'augmentation est de 5,3 %. Les pensions de retraite de base avaient été augmentées de 0,8 % en janvier 2023.

## Quel est le plafond de ressources à ne pas dépasser pour une demande de HLM en 2024 ?

Pour obtenir un logement social en HLM, vous devez en faire la demande et le total des revenus annuels des personnes à loger ne doit pas dépasser un montant maximum. Les nouveaux plafonds de ressources applicables à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2024 ont été fixés par un arrêté du 18 décembre 2023.

Les habitations à loyer modéré (HLM) sont attribuées aux personnes dont les revenus ne dépassent pas certains montants. .

Le revenu annuel est le revenu fiscal de référence de l'année n-2. Pour une demande de logement faite en 2024, il s'agit des revenus fiscaux de référence de 2022, inscrits sur l'avis d'imposition de 2023.

Pour en savoir plus sur les conditions d'éligibilité à un logement social, comment remplir le dossier de demande et les délais d'attente, consultez la fiche de *Service-Public.fr* : [Quelles sont les conditions pour obtenir un logement social ?](#)

## La domotique arrive chez les aînés à faibles revenus avec MaPrimAdapt

Avec l'entrée en vigueur au 1<sup>er</sup> janvier 2024 de « MaPrimeAdapt' », une aide gérée par l'**ANAH** et dédiée à l'adaptation des logements des personnes âgées ou handicapées, les solutions domotiques et numériques deviennent subventionnées au côté des traditionnels travaux liés à la douche ou encore à l'accessibilité du logement. Issu d'une promesse de campagne d'Emmanuel Macron, le [dispositif MaPrimeAdapt](#) vise à soutenir financièrement les travaux d'adaptation au vieillissement/handicap des ménages les plus modestes.

## BONS PLANS

### PEL : le taux de rémunération passe à 2,25 %

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2024, si vous ouvrez un plan épargne logement (PEL), vous bénéficiez d'un taux de 2,25 %, contre 2 % en 2023. Cette augmentation concerne uniquement les plans nouvellement ouverts depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2024. **À noter** : le taux de rémunération du plan épargne logement est fixé à son ouverture. Sa rémunération est garantie pendant toute sa durée de vie, contrairement à un livret d'épargne dont le taux peut être révisé plusieurs fois par an. Ainsi les plans ouverts avant le 1<sup>er</sup> janvier 2024 conserveront leur taux à 2 %. Le plan épargne logement permet à ses détenteurs de constituer une épargne mais également d'obtenir un prêt à l'habitat à un taux garanti à l'avance. Ce taux de prêt s'élève à 3,45 % depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2024.

### Cancers : se faire dépister même quand on est en bonne santé

Les dépistages du cancer du sein, du cancer du col de l'utérus et du cancer colorectal permettent de diagnostiquer ces pathologies avant l'apparition de symptômes et de pouvoir ainsi mieux les soigner. Ils permettent également de détecter des lésions précancéreuses, évitant parfois le développement de la maladie. En pratique, les personnes concernées, selon leur âge et leur sexe, reçoivent une invitation de l'Assurance Maladie pour se faire dépister pour un type de cancer. Les modalités d'invitation sont simplifiées en 2024 [S'informer sur les dépistages organisés des cancers et les modalités d'invitation par l'Assurance Maladie](#)

### Les antibiotiques : utiles uniquement en cas d'infection bactérienne

La consommation d'antibiotiques est en hausse depuis 2021. Pourtant ces médicaments ne sont pas efficaces contre les virus. Pire, l'utilisation répétée et inadaptée des antibiotiques favorise l'apparition de bactéries résistantes à ces médicaments, rendant certaines infections difficiles à soigner. Les antibiotiques ne sont efficaces qu'en cas de maladies bactériennes et seul un professionnel de santé peut déterminer s'ils sont nécessaires.

[Consulter les conseils pour bien utiliser les antibiotiques](#)

### Aide financière pour l'installation d'un thermostat connecté visant à réduire vos dépenses d'énergie

Un thermostat connecté permet d'ajuster la température de votre logement en temps réel, en fonction de la météo, du moment de la journée ou de paramétrages de votre choix. Vous pouvez désormais bénéficier d'une aide financière lorsque vous faites installer un tel dispositif chez vous, que vous soyez propriétaire ou locataire et quel que soit votre niveau de revenu.

Un dispositif est mis en place : « Coup de pouce pilotage connecté du chauffage pièce par pièce ». Il s'agit d'une aide financière dont vous pouvez bénéficier si vous faites installer un thermostat programmable connecté dans votre logement avant le 31 décembre 2024.

**À noter** : vous pouvez consulter la plateforme [france-renov.gouv.fr](https://france-renov.gouv.fr), ou contacter un conseiller France Rénov' via cette plateforme, afin d'être accompagné dans votre projet de rénovation

## A L'ACTION

### Le permis de conduire désormais possible à partir de 17 ans !

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2024, les personnes ayant 17 ans révolus peuvent s'inscrire en auto-école et conduire dès l'obtention du permis B. Elles devront avoir eu le code avant de passer l'épreuve de conduite.

Le code peut être passé à partir de 15 ans pour les personnes inscrites en conduite accompagnée, et dès 16 ans pour les autres. Il était précédemment possible d'obtenir son permis de conduire à 17 ans en apprentissage anticipé de la conduite (aussi appelé « conduite accompagnée ») mais il fallait attendre 18 ans avant de pouvoir conduire en toute autonomie. **Rappel** : dans le cadre d'une formation classique, un enseignement pratique de 20 heures minimum est nécessaire, encadré par un moniteur d'auto-école.

### Transparence des maisons de retraite : le point avec la CNSA

Le 14 décembre 2023, les indicateurs de qualité des EHPAD publiés sur le site officiel **Pour les personnes âgées.gouv.fr** ont été mis à jour et complétés avec l'intégration de deux nouveaux indicateurs : « présence ou non d'un infirmier de nuit, présence ou non d'un médecin coordonnateur » et « partenariats avec un ou des dispositifs d'appui à la coordination des parcours de santé ». La mise en ligne de ces indicateurs s'inscrit dans la continuité de la démarche de transparence de l'information sur l'offre de services et les prix proposés par les EHPAD (établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes). Elle est assurée par la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA), missionnée par le Ministère des Solidarités et des Familles. Les indicateurs sont accessibles dans l'annuaire des EHPAD du site [www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr](https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr)

## LE CHIFFRE DU MOIS : 30

### « Bouge 30 minutes chaque jour » : l'activité physique et sportive promue Grande cause nationale 2024.

Inciter la population à pratiquer 30 minutes d'activité physique et sportive par jour pour être en meilleure santé, à tous les âges : c'est l'un des objectifs de la « Grande cause nationale » pour 2024, dont l'Assurance Maladie est partenaire. On peut bien sûr faire du sport en s'inscrivant dans un club, une association, ou encore chez soi. Mais ces 30 minutes d'activité physique peuvent aussi facilement trouver leur place dans le quotidien de chacun.

[En savoir plus sur la Grande cause nationale 2024](#)

[Découvrir la rubrique d'ameli.fr dédiée aux liens entre activité physique et santé](#)

## INFOS PRATIQUES

### LOISIRS CULTURE

#### Election du Timbre 2023

Pour la 35<sup>e</sup> année, l'Election du Timbre de l'année vous propose de découvrir ou redécouvrir en miniature le patrimoine historique, culturel et touristique de la France.

Elle vous donne l'opportunité de donner votre avis sur l'esthétique des timbres-poste. Enfin, elle vous offre la chance de gagner l'un des 100 lots mis en jeu.

L'an dernier, 32 postiers figuraient parmi les 100 gagnants. Pourquoi pas vous ?

Tentez votre chance et participez à l'Election du Timbre 2023 sur [www.electiondutimbre.fr](https://www.electiondutimbre.fr)

### Week-end à Porto

#### Histoire et gastronomie dans la « Cidade Invicta »

Nommée « Portus Cale » par les romains au 1<sup>er</sup> siècle av. J.-C., la ville de Porto donna son nom au Portugal. Bâtie sur les rives du Douro, cette ancienne cité médiévale au cœur historique authentique garde encore les traces d'un passé prestigieux. Enrichie par ses expéditions maritimes et son fameux vin de Porto au fil des siècles, la ville se métamorphose et se modernise continuellement. Grimpez à bord d'un tramway typique des années 20 et découvrez les façades ornées d'azulejos, les églises de style baroque, les restaurants et les bars animés lors de cette escapade à Porto prévue du samedi 18 au lundi 20 mai 2024

À l'hôtel Yotel Porto 4\* normes locales (ou similaire), 3 jours/2 nuits en formule petit-déjeuner

Au départ de Paris Renseignements : Toulouirs Voyages Tél. : 01.44.06.45.45

Site Internet : <https://www.toulouirs.fr>

## Escapade en groupe à Milan

Apprenez l'italien à Milan, l'une des villes les plus dynamiques d'Italie et découvrez des merveilles insoupçonnées du 17 au 23 Mars 2024.

Milan capitale économique de l'Italie, mais tellement plus encore....

Carrefour mondial de la mode et de la musique, cathédrale gothique et Duomo incomparables, musée des inventions de Léonard de Vinci, œuvres d'art uniques, vous serez étonnés par tout ce que cette ville méconnue peut vous offrir

En famille d'accueil en demi-pension, apprenez l'italien le matin et profitez des activités comprises dans le prix l'après-midi.

Contactez-nous au : 01 53 62 20 30

E-mail : [unjpt@orange.fr](mailto:unjpt@orange.fr)

Internet : [www.unionjumelages.com](http://www.unionjumelages.com)

## Atelier informatique avec l'ANR 63 : bonne idée !

L'Association Nationale des Retraités du Puy-de-Dôme vous propose, en ce début d'année deux ateliers informatique.

Le premier atelier concerne la sécurité informatique et le nettoyage du PC. Il vient d'avoir lieu le mercredi 31 janvier. Le deuxième atelier vous fera découvrir Windows 10 et 11 et quelques notions d'informatique générale le 14 février.

Renseignements : Vous trouverez un formulaire dans la section informatique sur le site ANR 63 :

<http://www.anr63.com/>

N'hésitez pas à vous inscrire et à nous faire remonter vos attentes.

**ANR Groupe du Puy de Dôme**

Tél. : **04 73 90 64 81**

E-mail : [anr63@orange.fr](mailto:anr63@orange.fr)

Site Internet : <http://www.anr63.com/>